

# シュクル通信

## 2018.2月号

【編集・発行 vol. 41】  
(株)ボイスクリエーションシュクル  
一般社団法人日本声磨き普及協会  
発行責任者 佐藤恵  
担当編集者 中川久美子

### ラジオ番組制作ご協力いただきありがとうございました



2017年大晦日の最終回をもって、14年間続けてきたラジオ番組制作にピリオドを打ちました。これまで沢山の皆様にご出演いただき、番組制作にご協力いただき誠にありがとうございました。

さいたま市のローカルラジオ局からエッジの効いたグローバルなメッセージを発信することが出来たのも、グローバルに活躍なさる豪華なゲストの皆様が繰り出すウィットに富んだトークのおかげでした。そして、こうした素晴らしい方々をご紹介くださった各支援機関の皆様に温かく応援頂けたおかげでした。

ラジオ番組をきっかけに数えきれないほどのご縁をいただきましたことは、弊社にとって何よりの宝となっております。

数々の出会いから授けていただいた智慧と勇気が次なるステージに進む原動力です。まだまだこれからも修行は続きますが、ラジオ現場で培った経験をこれからの新事業に活かしてまいります。引き続きご指導ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。

佐藤 恵

### 「声を出す」「会話をする」機会求めるお一人様アクティブシニア

今年度も各地に広がる健康声磨き講座ですが、年明けから、よみうりカルチャーで「喉を鍛える健康声磨き講座」が大宮と柏で大盛況です。グループレッスンも個人レッスンもほぼ満席です。

なぜこうした現象が起こっているのか、といいますと、受講生の皆さんの一番多いお悩みは、「一人暮らしになってから、誰かと話す機会が無くて、声を出さない日が多くなり、声が出ずらくなってきた、口が動かなくなってきた、久しぶりに話すとき苦しくなる」、ということです。だから「喉を鍛えなくては」とトレーニングを探してカルチャースクールに行きついたお一人様アクティブシニア。「声を出す」「会話をする」ために、お金を払うことが当たり前になる日も近いかもしれません。コミュニケーションの懸け橋「声」は元気に生きる証だと、シニアが切実に感じていることをこのたび改めて思い知らされました。

ご自分のお声の通り道を保つために、**毎日あ——と声を出す**ことをおすすめします。ただ喉から出すのでは、喉を痛める原因になりますからお気を付け下さいね。注意ポイントは、

1. 鼻から吸って、口からまっすぐ前に一定に吐く呼吸（腹式呼吸）に声をのせる
2. お腹から口まで1本のえんとつが貫かれていて、お腹に入った空気はその中を通してそのまま出ていきます。
3. のどに負荷がかかりやすいので、あくびをする時のようにリラックスさせましょう。（喉は空気の通り道）
4. 口の中に空気の通り道をつかって、まっすぐなお声が出る位置を確認しましょう。

こうして声の通り道を毎日確認することで、不意を突かれても、自分のいつもの声がスムーズに出ます。毎日の健康づくりにお役立てください！ 声は元気のバロメーター、声のチカラでお元気に！

※やっぴごらんになり、やり方が正しいかどうかわからない時にはシュクルにご連絡ください。直伝いたします！

※お問い合わせは(株)ボイスクリエーションシュクル・シュクル声磨きサロン

お電話 048-829-9624、または、メール info@vcsucre.com までどうぞ。ホームページは <http://vcsucre.com/>

【話題の講演からピックアップ】

信頼関係構築の部下育成コミュニケーション研修

独立行政法人N機構様

目標達成及び部下育成のために果たすべき役割を全うするために、効果的なコミュニケーションスキルを習得する7.5時間の新任主査向け印象力・コミュニケーション力強化研修でした。年明け早々の好スタート！

- インプレッションマネジメントについて
- いまどきの若手世代について知る
- 「目標達成+部下育成」に必要な信頼関係構築のコミュニケーション演習
  1. 信頼感・安定感のある声の出し方
  2. きちんと伝わる話し方とは
  3. 聴くスキル
  4. 訊くスキル（質問力）
  5. 褒めるスキル
  6. 怒るでもない叱るでもない、導くスキル
- 揺るぎない信頼構築を図る+α（自分から謝るスキル、逆報連相、等）
- 円滑なコミュニケーションを築くためのガイドラインを自分で作る
- 動画撮影モニタリング

弊社とN機構とのご縁は、5年程前に経済産業省関東経済産業局産業部長でいらした時にお世話になっていたM様がNITEに異動され、M様から弊社の話を聞かれていた研修担当者様が、その時からいつか印象力・コミュニケーション研修を、と温めていらしたとのことでした。こんな時間が経ってからもご縁が続くなんて嬉しいですね♪

【好印象になれる、好感度が上がる！声の磨き方・話し方 体験レッスン 少人数、女性限定だから安心】

声・話し方の不安を解消したい方は必見！人前で話すことが嫌じゃなくなり、コミュニケーションが楽しくなる♪好印象になれる話し方の秘訣がわかります。 ※少人数、女性限定だから安心です。 受講料：3,240円  
 ☆浦和本部・2/07(水) 10:30~12:30 ・2/10(土) 13:00~15:00 ・2/18(日) 13:00~15:00  
 ・2/24(土) 13:00~15:00 ※要予約。 HPよりお申込みください。

脳科学に基づいた最新の男女間コミュニケーション術

男女間コミュニケーションは異文化コミュニケーションです。その違いを理解し、相手に合わせた伝え方に交換するスキルを身に付ければ、人間関係のストレスはグーンと軽減！ビジネスウーマンには必須のスキル。  
 ・がんばってもなかなか認めてもらえず悩んでいる方  
 ・上司の言動に理解できずつい不信感を持つてしまう方など、男女間のギクシャクに悩む女性の皆さんへおすすめです。（女性限定）

【ビジネスに効く男女間コミュニケーション術講座】（詳細は同封の講座案内をご覧ください）

男女間の擦れ違いはなぜ起こるのか。脳の構造の違いにアプローチし、男女間の“分かり合えない”を解き明かします。実践的ワークで相手に合わせた伝え方の交換方法を学び、さらにシュクル目線で声のトーン・話し方を磨き、男女間のスムーズな会話術を身に付けます。

日時： 3月17日（土）15:00~18:00 会場： シュクル声磨きサロン  
 受講料： （一社）日本声磨き普及協会会員様 19,800円（税込）、 非会員様 24,800円（税込）  
 講師： 佐藤 恵 （株）ボイスクリエーションシュクル代表取締役、（一社）日本声磨き普及協会代表理事

シュクル新年会開催お知らせ

遅ればせながら『シュクル新年会』を開催します！

2018年2月11日(日)18:30~20:30

【会費】5,000円【場所】塚田農場 浦和店  
 浦和駅北口正面出てすぐの地下になります。

※ご参加希望の方はシュクルまで。  
 早めのご連絡を！最終受付 2/6(火)

2/11(日)大人の女性を磨く美肌術

声磨きと同じように、素肌を正しく磨いて、内面から溢れ出す美しさと細胞レベルで微笑む大人の品格を身に纏いませんか。本物志向の浦和マダム達から20年以上絶大な信頼を集めるエステティシャンが伝授。（詳細は同封の講座案内をご覧ください）  
 2/11(日)15:00~18:00 受講料：19,800円（税込）  
 1回の施術料が42000円の

「アロマジックハーブセラピー」  
 アフターケアセット（5000円相当）を  
 先着10名様にプレゼントいたします。



【編集後記】インフルエンザが猛威を振るい、先日代表佐藤も遂にB型感染。皆様もご自愛ください。冬は夏に比べると水分補給を忘れがち。しっかり水分も摂っていきたいですね。（中川）

(株)ボイスクリエーションシュクル 〒330-0062 埼玉県さいたま市浦和区仲町1-15-1 エスプリ浦和 103号  
 TEL: 048-829-9624 FAX: 048-829-9634 メール: info@vcsucre.com  
 企業向けHP: http://vcsucre.com/company/ 女性向けHP: http://vcsucre.com/  
 (一社)日本声磨き普及協会 メール: info@koemigaki.com HP: http://koemigaki.com/

